medical acoustics
メディカルアコースティックス

lungflute® for Home Care

ラングフルート®
セラピューティック

排痰促進デバイス

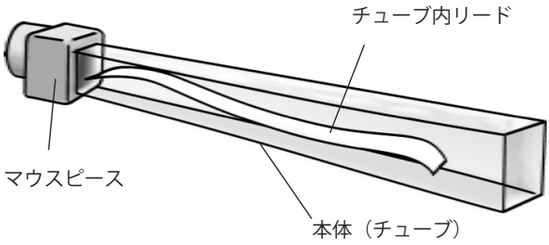
取扱説明書

この取扱説明書を必ずお読みのうえ、使用上の注意、使用方法に従ってお使いください。

ラングフルートについて

ラングフルートは、たて笛のような形をした医療器具で、たて笛のように口で吹くことにより、振動型呼気陽圧療法（PEP 療法）を提供し、痰を排出しやすくし、気道の通りを改善します。（笛のような音はしません）

マウスピースを口にくわえ、ロウソクの火を吹き消す要領で、息を強く吹き込むことにより内部のリードが「パタパタ」とはためきます。このとき発生する音波が気道内を共鳴振動させ、気道の粘液をやわらかく（流動化）します。さらに気道の内部にある線毛の運動がうながされ、やわらかくなった粘液（痰）がのどの奥に集まり、排出されやすくなります。



2011年 1月作成

使用上の注意

- ラングフルートを通して息を吸いこもうとしないでください。
- 包装開封前に製品を点検し、包装が破損しているもの、汚れているもの、製品そのものに異常が見られるものは使わないでください。
- 使っているときに息切れやめまいを感じたときは、すぐに使うのを中止してください。
- 24時間以内でおさまる程度の弱い刺激が、のどにあらわれることがあります(頻度不明)。
- 使っているときに気管支収縮が起こることがあります(5%程度の頻度)。
- 医師または医療関係者の説明や指示に従えない患者さん(幼児やお年寄りのなかで条件にあてはまる人)は使わないでください。

※ ラングフルートや、この取扱説明書の内容に関してのご質問は、この説明書の最後に記載されている連絡先へご連絡ください。

使用方法について

PEP 療法によって気道から「痰を出しやすくする」効果を得るためには、ラングフルートを適切に使うことが大切です。ここに書かれた「使用方法」は、ほとんどの方にとって適切と考えられますが、特に効果が出ない場合や症状に変化があった場合には、使い方を工夫しながら、ご自分にあった方法でお使いください。

準備と姿勢

1. コップ1杯の水を用意する

この水はラングフルートを使った後に飲みます。ラングフルートを使うときの呼吸法などを想像し、気道が音波で振動して、粘液がやわらげられ、だんだんと自分の力で動き出し、中から押し出されて、気道の通りがよくなり、吐きだされる様子をイメージします。

2. 背すじを伸ばして椅子に腰かける

体と心をリラックスさせ、椅子の背にもたれかからないようにします。頭を少し下に傾けます。こうすると、のどと気道が開き、空気がラクに通るようになるのが感じられます。

アドバイス

- リラックスすることと、この姿勢を保つことは、ラングフルートからの音波を気道の奥まで届かせるためにとても大切ですから、はじめて使うときは少し練習してコツをつかんでください。
- ベッドの上でラングフルートを使う場合は、必要ならクッションなどを使って、背中が曲がらないようにして、息を吐きだすのに無理のない姿勢をとってください。

ラングフルートを使う

1. 深く息を吸い込んでからマウスピースをくわえる

いつもより少し深く息を吸い込みます。唇をまるめ、まわりから空気がもれないようにマウスピース全体をすっぽりとくわえます。

アドバイス

- ラングフルートは水平ではなく、先端を斜めに床の方へ向けたほうが効果的です。

2. しっかりと息を吹き込む

ロウソクの火を吹き消す要領で、頬をふくらますことをイメージしながら、マウスピースにしっかりと息を吹き込みます。このとき内部のリードが「パタパタ」とはためくのを確認できます。

3. 同じ動作を２回続ける

いったん口からマウスピースを離し、さっと息を吸い込みます。そしてマウスピースを口にくわえ、１回目と同じように息を吹き込みます。

注意

- 息を吸い込むときは、必ず口からマウスピースを離してください。

4. 普通の呼吸２回分ほどの休みをいれる

２回息を吹き込んだら、普通の呼吸２回分ほどの休みをいれます。ここまで（２回吹き込み+ 休み）を１セットとします。

5. 20セットくり返す

２０セット（１～４の動作を２０回＝吹込み回数にして４０回）くり返します。

アドバイス

- 吹き込みをくり返していると、疲れてきてリードがはためかなくなったり、苦しくなってせき込んだりすることがあります。これを防ぐには、ゆっくりしたペースで、頬をふくらますイメージを持ちながら、確実にくり返すことが大切です。強く吹き込むために腹筋に力を入れたり、のどを痛めることがないように注意してください。
- 途中でめまいや息切れがしそうになったら、セットの間の休みの間隔を長めにとってみてください。

痰をはき出す

1. 水を飲む

２０セットを終えたらすぐに、最初に用意したコップの水を一杯飲みます。

2. 少し待ってから痰をはき出す

痰が自然に出てくるのを待ち、せきをして口の中に出し、はきだすか、飲み込みます。通常５分間くらい待っていれば痰がのどの奥に集まってきます。

アドバイス

- 無理にせきをしてはき出そうとしなくても、自然に痰はのどの奥に集まり、はき出したくなります。
- 吹き込み開始から痰が出るまで、通常１０分から15 分ほどかかります。ただし肺や気道の状態にもよりますので、個人差があります。

ラングフルートのお手入れ

リードの寿命は、使用頻度等により異なりますが、毎日使用されている場合は、約二週間で交換が必要になります。
リードを交換する際、ラングフルートも洗浄してください。

1. リードの交換

マウスピースをチューブ本体から抜いてはずし、リードを取り出します。

2. ラングフルートの洗浄と組み立て

古いリードを取り出した後、チューブ本体とマウスピースを温水と食器用洗剤を使用して洗い、流水でよくすすぎます。その後、清潔な場所でよく乾燥させてから、新しいリードを使ってもとどおりに組み立てます。

注意

- ラングフルートご使用の際、チューブの中が呼気によってくもることがあります。風通しの良い場所に置いて、次の使用時までに乾かしてからお使いください。

ご案内

- 交換用リード（14 本入り）は、消耗品として別途販売しております。

製品の仕様およびデータ

動作周波数	16-25Hz
最低動作流量	2.140 L/sec
最低動作呼気圧	1.0 cmH_2O
音響出力	68dBA 注1
抵抗圧力	1.0 cmH_2O

注1：General Radio 1933 Precision Sound Level Meterでの測定。米国労働安全衛生局による15分間での騒音規制値は115dBA。CFR 29. 1910. 95(b) (2)参照

正式名称：ラングフルート・セラピューティック
分類：一般医療機器　非能動型呼吸運動訓練装置
届出番号：13B2X10148000002

REF 1005-02

medical acoustics

製造元：　メディカルアコースティックスエルエルシー
米国ニューヨーク州バッファロー市
エリコットストリート640, NY14203
www.medicalacoustics.com

輸入元・連絡先：
（株）アコースティックイノベーションズ
〒180-0023
東京都武蔵野市境南町3-3-5
TEL:0422-26-8987　FAX:0422-26-8987

ラングフルート、Lung Fluteはメディカルアコースティックエルエルシー（米国）の登録商標です。
Ⓒ㈱アコースティックイノベーションズ　2011年 1月